

Как уберечь ребенка от наркотиков? Советы нарколога

«АиФ. Здоровье» № 17. Доброта кроется в генах, считают американские ученые 26/04/2012



Фото: www.globallookpress.com



Советы дает **врач-нарколог, руководитель отделения**

Национального научного центра наркологии Минздравсоцразвития РФ, кандидат медицинских наук Алексей Надеждин.

Приобщение

Примерно 15% школьников больших городов впервые пробуют наркотики в 12–14 лет. «Знакомство» происходит на дискотеках, в школе, во дворе, в значимой для подростка группе – сверстников или ребят постарше.

В подростковой среде соблазнитель-наркоторговцев – хоть отбавляй. Но получается, что пятеро ребят проходят мимо них, а шестой – останавливается и соглашается взять дурман. Кто этот «шестой»? Из какой он среды?

Портрет «шестого»

Считается, что среди потребителей наркотиков преобладают типы неустойчивого характера, с патологически слабой волей. Это подростки, склонные к праздному времяпрепровождению, которые все силы тратят на удовлетворение примитивных чувственных удовольствий...

Наш «шестой» – из семьи с нарушенным эмоциональным контактом, где нет ни уважения друг к другу, ни почитания, ни любви. Оказывается, не важно, какое образование у его родителей; и есть ли в семье достаток (среди пациентов наркодиспансеров выходцев из маргинального дна около 5%, примерно столько же – из верхов общества); и даже полная семья у подростка или нет. Зато, как правило, у наркоманов-мальчиков плохие отношения с отцом, а у девочек – плохие отношения с матерью.

И [алкоголизм](#), и наркомания – заболевания многофакторные, они вызываются не одной причиной. Но то, что они наследуются, – доказано. Пока ученые не могут найти конкретную поломку в генах наркомана, но статистика свидетельствует, что дети алкоголиков чаще потребляют алкоголь и наркотики. А исследования, проведенные в Японии, показали, что наркомания у сыновей и дочерей течет тяжелее, чем у их родителей-наркоманов.

Прогноз на завтра

Реклама успокаивает: «Излечим наркоманию за 2 недели...». Родители подростков могут подумать: «В крайнем случае – мы его вылечим...». На самом деле процент излечений от этой болезни крайне невысокий во всем мире. ВОЗ дает такие цифры: 5–10% наркоманов после лечения воздерживаются от употребления наркотиков в течение года. По опыту наших наркологов: если применять высокотехнологичные, длительные и очень дорогостоящие реабилитационные программы, этот процент можно поднять до 25–30. Но это после многолетней работы с каждым пациентом! Так что коммерческая медицина лукавит.

У десятой части наркоманов процесс лечения приведет к ремиссии. А остальные? Умрут. Не обязательно от передозировки. Инфицированность гепатитами В и С у наших наркоманов – 90%. Средний срок жизни героинового наркомана – 5 лет.

Тактика борьбы

Так что родителям надо костью лечь, но знакомства с наркотиками не допустить. Выход – профилактика.

Ищите повод поговорить с ребенком об этой проблеме. Если смотрите по телевизору сюжет о смерти от наркотиков, надо расставить акценты, обсудить, какие действия ведут к таким последствиям.

Но говорить следует без описания притягательных свойств наркотических веществ, без конкретных названий.

Ограничьтесь информацией – есть такое явление и люди от этого погибают. Информация плюс последствия – необходимое звено любой профилактической работы.

Объясните ребенку, что спорт, физическая сила, хорошая фигура и наркотики – вещи несовместимые.

Поддерживайте здоровые увлечения ребенка: хочет заниматься борьбой – пусть будет борьба, хочет футболом – пусть будет футбол...

Довод для девочек – их красота, привлекательность, которые растают, если употреблять наркотики.

Поддерживайте хорошие отношения с детьми, чтобы видеть, чем они интересуются, что с ними происходит.

Проводите больше времени вместе. Совместные походы в театры и музеи, совместные занятия спортом, путешествия и хобби будут настраивать ребенка на то, что жизнь увлекательна и без одурманивающих средств.

Степень риска

Наркологи выделяют такие биологические и социальные факторы, которые повышают риск приобщения ребенка к наркотикам:

- Тяжелая беременность матери и сложные роды.
- Сотрясения головного мозга (особенно многократные).
- Неполная семья.
- Сильная занятость родителей (постоянные командировки, разъезды).
- Отсутствие родных братьев и сестер.
- Алкоголизм или наркомания у кого-либо из близких родственников.
- Психические заболевания в роду, тяжелый характер или частые нарушения общепринятых правил поведения у кого-либо из близких родственников.
- Раннее (12–13 лет) начало самостоятельной жизни и преждевременное освобождение от опеки родителей.
- Гиперопека со стороны родителей.
- Искривленные отношения в семье, которые могут привести к неправильному освоению социальных ролей.
- Легкий и неконтролируемый доступ к деньгам и непонимание того, как они достаются.

Важно

Признаки, по которым можно увидеть, что подросток начал употреблять психоактивные вещества:

- Снижился интерес к учебе, обычным увлечениям.
- Появилась отчужденность, эмоционально «холодное» отношение к окружающим, усилились скрытность и лживость.
- Эпизоды агрессивности, раздражительности сменяются периодами неестественного благодушия.
- Компания, с которой общается подросток, состоит из лиц более старшего возраста.
- Вы обнаруживаете у подростка непонятно откуда взявшиеся деньги. Ребенок стремится деньги занять или отобрать у других детей.
- Повышен интерес к детям из обеспеченных семей.
- Среди вещей подростка вы находите небольшие пузырьки, тюбики из-под клея, пластиковые пакеты с резким запахом, а также улавливаете химический запах от одежды и изо рта.
- Аппетит ребенка меняется от полного отсутствия до резкого усиления. Бывают тошнота, рвота.
- Зрачки расширены или сужены.

Режим свободного доступа в сети Интернет: <https://aif.ru/health/children/32997>